



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Köneke, Tilman

□□: Flensburg

□□: 135

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 13:05:40

□□: 7.64 km/h

□□□□: 7:52 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 176)

□□□□□/□: 91 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 16(of 21)

□□□□□□□: 8:21:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:02:58	7:38	18	59:38	103	59:38	23.96	3:02:58	7:38	7	19:46	95	22:24
Floh-Seligenthal	26.92	3:11:30	7:06	16	1:05:34	93	1:05:34	50.88	6:14:28	7:21	7	33:13	95	20:02
Finsterbergen	24.12	3:07:45	7:47	16	1:01:35	75	1:01:35	75.00	9:22:13	7:29	7	1:01:48	91	3:06:47
Fröttstädt	25.00	3:43:27	8:56	18	1:37:32	104	1:38:02	100.00	13:05:40	7:51	16	4:44:19	91	4:44:19